

第2回 報告

『「知る」からはじめる自分デザイン塾』

知ろう！気づこう！

無意識の思い込み（アンコンシャスバイアス）

日時：6/25（土） ～ひとりひとりの多様な可能性を拓くために～

講師：石井 真奈 さん



「まなのき」代表、（一社）アンコンシャスバイアス研究所認定トレーナー。
大学卒業後、旅行会社に勤務。その後、主に教育分野に携わり、現在は、教育機関、公的機関、民間企業・団体等にて研修・相談支援を行っている。
講師歴25年。近年は、社会人に加え、子どもたちにもアンコンシャスバイアスについて伝えていく活動を精力的に行っている。
その他、アンガーマネジメント、キャリア、ハラスメント防止関連の研修・セミナーに多数登壇中。

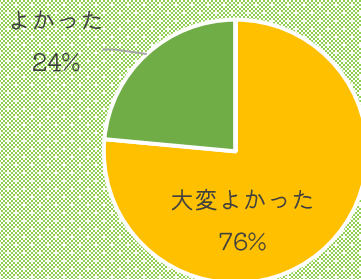
アンコンシャスバイアスとは？

無意識の思い込みのこと。年代や職業、学歴などを聞いて、この人はこんな人なのでは？と無意識に思い浮かべるなど、実はアンコンシャスバイアスは日常に溢れています。

そういったアンコンシャスバイアスから生まれる判断や言動が、時に相手を傷つける、自分自身の可能性を狭めるといったネガティブな影響を及ぼすことがあります。

そのため、まずは自分にはどんなアンコンシャスバイアスがあるか、一人ひとりが普段からアンテナを立てて向き合っていくことが大切です。

参加していかがでしたか？



参加者のみなさまにご満足いただけました！

自身の中にあったバイアスだけではなく、受けたものが多かったことにも気づけた。向き合い続けていると、精神的に扱られることも多い。仲間がいるといい、と思えるようになった。（20代女性）

これまで、●●さんに誤解された、こんな風にされたとの例ばかりが出ていたけれど、この講座で「私のアンコンとは何だろう・・・」と心に置いて生活しようと思いました。（40代女性）

例や、どうしたらいいかが具体的で分かりやすかったです。（性別等不明）

参加者の声



分かりやすい講座で、参加してよかったです。ありがとうございました。（60代女性）

自分が色々なアンコンシャスバイアスを持っていて、生きづらさを生み出していると感じた。思い込み、囚われを緩めていきたい。（60代女性）

身近な内容のお話しなので、面白く、ワクワクして聞きました。もっともっと聞いていたいと思いました。この講座は時間が経つのが早かった・・・（60代女性）